



ゴクローサン

5963 ハート通信



VOL. 114 **竹原運輸株式会社**

発行日 令和5年7月15日

事務所スタッフからの一言

皆様、日頃は格別のご愛顧を賜りまして誠にありがとうございます。
心より感謝を申し上げます。

「大人の道徳」という本がよかったのでご紹介します。

大人とはどんな人間なのでしょう？

「理性によって自分を自分で支配することができる人間」、を大人と定義しています。

人間には食欲、性欲、睡眠欲などの本能がありますが、それら本能の命令を、
理性で制御できる人を、「大人」とします。

その反対は子供であって、本能のままに行動してしまう人間のことです。

会社に勤めている人は、基本「大人」でないと、組織が混乱します。

昨今の多様性の話がありますが、この「大人」問題とは分けて考えた方がいいと感じます。
それぞれの個人差は認めていいですが、「大人」であるための道徳は必要です。

自由と自分勝手は違います。

「ならぬものはならぬ」

自由であるためには、周囲の人との関係性を大事にしながら、
お互いの個人差を肯定していく。

それが、結果的に自由を生み出してくれると思います。

竹原和行



『職場の教養』

『職場の教養』は、一般社団法人 倫理研究所が毎月発行している冊子です。幅広い話題が「一日一話」の読み物として掲載されています。1分程度の長さで読み終わる、短い読み物になっています。当社では毎日の朝礼時に当番制で拝読し、くじ引きで当たったメンバーが、その内容についての感想を述べるようになっています。

(誰に感想が当たるか解りませんから、皆さん真剣に聞いています)

先日はタイトルが「車掌の名前」で、「名前を大切にしましょう」という内容で掲載されていました。引用しますと『挨拶をするにしても、「おはようございます」と「〇〇さん、おはようございます」とでは、名前を添えての挨拶のほうが、相手に対して好印象を持ってもらえます』(職場の教養 7月号)とありました。なるほど、言われてみるとそうだなと思います。「気づいたらすぐやる」です。さっそく職場で実践することにしました。やはり、相手の反応が違いますね。名前を添えるとまず相手がこちらを振り向いてくれます。しかも笑顔を返してくれます。冊子からよい気づきを頂いた次第です。

社長 竹原正和



先日、初夏の晴れた暑い日でした。お茶席にご招待いただき、お茶会にお邪魔してきました。新型コロナウイルスの感染拡大の対策でここ数年は会の開催も自粛させていただきに、社中の皆様の心意気を熱く感じる華展と茶席でした。

私とは 15 年以上、公私ともにお付き合いをお願いしております方も大阪から日帰り福井に来られる程のイベントです。

福井の格式ある寺院で、受付の際の相変わらずの無作法な私にも笑顔でお迎えくださった社中の皆様が懐かしく感じました。

先ずは華展から拝見いたしました。今年のテーマは「花心悠々」とあります。社中の皆様の作品といますかご自分で育てた子供のような草花たちは、山で生きているが如く悠々と赤い絨毯の上で誇らしげです。正に近くのものとして目に映っていても、はるかに遠く、限りがなく続くような。そんな子供たちに映りました。

茶席では茶室のお設えに目を奪われながらも茶主の気配りや動きに注目。「ほんのささやかな時間ですがようこそ」とマスク越しでも茶主の気持ちが伝わります。

床の間の掛け軸は「一華開五葉（いっかごようをひらく）の文字。

好奇心旺盛な私らしく自宅に戻り早速調べてみました。

『中国で禅の創始者、達磨大師が授けた詩の一節です。一輪の花が五弁の花びらを開き、やがて果実が実ることを詠んでいます。これは心の中に悟りという花が一輪咲けば尊い五つの心智に分かれて花開き、立派に成就することを意味しています。この達磨大師の言葉のとおり、禅宗は五派にわかれて栄え、多くの人々を救いました。この五葉については禅宗の五派以外にも五智とする解釈もあって、五智とは心を開いた純粋な五つの心智のことだそうです。。』

具体的には

- ① 生まれたままの無垢な心
- ② 身の回りのすべては仏の現れと知る心
- ③ 平等の中に個性があると知る心
- ④ すべてのものが平等であることを知る心
- ⑤ 思いやりを大切にする心

この五つを持てば煩惱や苦悩が消えるとされています』



こんなに調べたのは中学生の夏休みの宿題であった「海草採集」以来だと思えます。

でも調べて良かった。①～⑤ は華展、茶席に全てあったから。

自分が一歩成長できたこと。社中の皆様に感謝です。

池上則和

二十四節気では小暑の候ですが、35度を超える日があったかと思えば、一時に集中して大雨が降る日が来たり、古来から言われてきた時候のあいさつを、現代版に改定する必要があると思えるほどの気候に見舞われています。線状降水帯といった10年程前には聞いたことがなかったような用語が日常的に使われるようになっていきます。

先日北九州地方で大雨による土石災害がニュースとなっていました、今回は地元の北陸で大雨災害が発生しました。福井でも雨による主要幹線道路の通行止めや、床下、床上浸水の被害が報告されています。お客様、また関係者のなかで被害に見舞われた方もいるかと思えます。謹んでお見舞い申し上げます。

災害のたびにどのように備えればいいのか、どう準備しておくかを考えなければならないと感じます。一昔前は「防災」という言葉が盛んに叫ばれていましたが、今では「減災」という言葉が主流になってきたように思います。地球温暖化を主要因とする異常気象が異常ではなくなりつつある今となつては、ある程度の災害がいつ起こってもおかしくない状況です。そうなったときの状況をいかに想定できるか、その想像力とそれに対する様々な取り組みをどれだけ用意できるかがカギとなると思います。

あらためて身の回りの確認、職場環境のチェック、また、起こりうる災害について仲間と相談し、大いに想像力を発揮して日頃からの備えをしていきたいと思えます。

景山恒司



暑さ極まる頃となりましたがいかがお過ごしでしょうか。

竹原運輸株式会社建設事業部は7月で丸2年が経ち3年目に入りました。

建設事業部ではユニットハウスの配送設置にレンタル期間を終えて戻ってきたハウスの修理などを行っています。配属した頃は何もかもが初めての事で、やったことがないのでできません、ではなくてWANIMAのやってみようの歌詞にある、振り返るより振り向いて、掘り返すより掘り出して、過ぎた話しはほどほどに前向きに、との思いで2年が経ちました。また新棟ハウスに中古ハウスの販売もしています。ここ最近は趣味の部屋とのことで購入される方が増えています。どうもありがとうございます。

建設事業部は、これからもお客様の声に応えられるようにスタッフ一同頑張っていきますのでよろしくお願いいたします。

越 邦治



いつもお世話になりありがとうございます。

今年の今頃には、暑い季節にマスクが必須アイテムで辛い状況でしたが、今年にはマスクをしていない方が多くみられます。

「マスク無しで楽になった」と実感した期間は短く、すぐに慣れてしまう自分が恐ろしいです。

7月に入り、大雨と熱中症のニュースをよく目にします。熱中症の対策として社内では、「1時間に一回はコップ一杯の水分を取りましょう」と声を掛け合っています。

仕事中は会話があるので、声を掛けたタイミングで自分の水分補給を意識できますが、自宅では忘れてしまうこともあります。

特に寝る少し前(直前ではない)の水分補給は自発的に行動(私の中では攻めの予防と呼んでいます)しなければ、面倒くさかったりトイレの心配をしてサボってしまいそうです。

脳梗塞は夏の朝方によく起こることが知られているそうです。

血栓が原因なら心筋梗塞や肺血栓も同様に思えます。

良い睡眠も大事ですが、この時期だけでも熱中症対策で一石二鳥の対策をしたいと思います。

辻川 伸吾



いつもお世話になっております。

私は、前回書きましたようにまだ週2回のリハビリに通っております。まだまだ波があり、特に天気が悪くなる前日ぐらいからなんとなく痛みがあり、歩き難くなったりします。退院当初に比べれば少しずつですが、歩くのもスムーズになり出来ることも増えてきました。片足立ち、階段を昇り降り(降りるのは楽に出来ますが、昇るのがまだ難しいです)等怪我する前は何でもない事でしたが、出来ると感動し、出来た事に感謝する日々です。

次回ハート通信を書く頃にはもっとスムーズに歩く事が出来るようになっていていると思っております。

毎日暑い日が続きますが、皆様も体調には十分気を付けてお過ごし下さい。

吉川 佳代



人は呼吸によって多くの酸素を体内に取り入れているがそのうち約2%が活性酸素になるといわれています。活性酸素は殺菌力が強く、体内では細菌やウイルスを撃退するなど体に有益な役割を果たしています。しかし活性酸素が増えすぎると正常な細胞や遺伝子を酸化させ、それが病気や老化の原因になってしまいます。活性酸素を増やす要因はストレス、化学物質、多量飲酒、激しい運動や喫煙、紫外線などです。一方、抗酸化物質といって活性酸素を除去して体を守る働きを持つ物質もあります。抗酸化物質として知られるのがビタミンA・C・E、また赤ワインなどに含まれるクロロゲン酸なども活性酸素を除去する働きがあるので、かしこく取り入れたいですね。

谷口 学



お取引先様には、日々大変お世話になり 感謝申し上げます。

暑いです。毎日毎日。こんな季節にはいった途端、我が家の L/D のエアコンが壊れました。もう 20 年フルに使ったのもう寿命ですね。室外機のファンが全く動きません。毎年大掃除と夏前に私が念入りに掃除しメンテナンスしてまいりましたが、遂にです。娘は食事を急いで済ませると急ぎ足で涼しい自分の部屋に戻ります。無理ありません。流石に夏は超えられないので新しいエアコン購入いたしました。16 日取付まであと少し待ち遠しいものです。

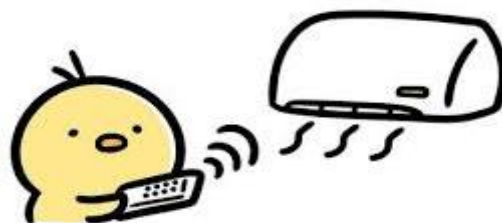
昔は扇風機でも涼しいと思ったし、熱中症などという言葉があったのでしょうか？

昔は日射病と言ってたことを思い出しました。

物はいつか壊れます。でも手入れして大事に長持ちさせる努力はどんなことでも共通です。こんなご時世だからこそもののありがたみを感じなければならない。

と思った次第です。

白崎 直樹



いつも大変お世話になっております。

暑さが厳しい時期、いかがお過ごしでしょうか…

暑さのせいで寝苦しく、熟睡できない方も多いと思います。

今までになく、よく目を覚ますので「夏の睡眠」について調べてみました。

すると、睡眠の質を上げるなら、脳の温度を下げるといいと書いてありました。

そうして寝ると、早く深く長く上質な睡眠がとれ翌日スッキリ!!

私はジェル枕を試してみようと思います。

疲れやすい時期だからこそ、

良い睡眠を心掛けたいですね😊

笠島 弘江



お世話になっております。

「朝イチ」という言葉を日常生活やビジネスシーンでも

よく耳にするとおもいます。

しかし、「朝イチ」とは具体的に何時のことを指すのでしょうか。

「朝イチ」が指す時間についての調査を大手時計メーカーが行ったところ

平均すると「7時54分」という結果になったそうです。

ちなみに、

男性は「8時」、女性は「7時48分」。

また、20代は「7時36分」、30代は「8時12分」と

大きくズレがあると判明したようです。

ビジネスシーンでの曖昧な表現はトラブルの元。

ぜひとも、「具体的な数字」を使用するよう心がけていきたいですね!

中野 夏海



いつもお世話になりありがとうございます。

暑い日が続く中、皆様いかがお過ごしでしょうか。

夏生まれなのに夏があまり好きではない私ですが、今年はコロナが明けて様々なお祭りやイベント、花火大会がたくさん発表され夏を楽しもうと意気込んでおります…😊

5月には池上専務にお誘いいただき、生まれて初めて三国祭りに行ってきました。

初めて目にする山車の迫力や御輿の巡行にとっても感動して、

福井に住んでいながらまだまだ見たことない・知らないものがあるんだなあとしみじみ感じた次第です。

熱中症に気を付けながら、いろんな場所に行って

見聞を広める夏を過ごしたいと思います。

足田翔子

